

## 2. 令和4年度 地域包括支援センター活動実績

### (1) 相談・支援件数及び内容

#### ① 形態別相談、支援件数

(件・%)

相談形態		地域包括支援センター分		指定介護予防支援事業所分		総計
訪問		1,412		8,294		9,706
来所		325		247		572
電話		1,883		5,545		7,428
合計		3,620		14,086		17,706
うち、時間外対応		17		7		24
実人数	令和3年度	1,375	うち新規 391	表1 介護報酬請求 件数	7,461	
	令和4年度	1,277	うち新規 379		7,904	
	前年度比	92.9	96.9		105.9	

表1、月別介護報酬請求件数(件)

月	令和4年度	(うち委託)	令和3年度	(うち委託)
4月	649	33	609	27
5月	662	30	609	26
6月	667	29	612	28
7月	659	26	613	32
8月	656	29	613	35
9月	652	29	614	40
10月	655	30	617	39
11月	663	36	625	40
12月	664	34	647	39
1月	651	31	635	33
2月	653	30	620	36
3月	673	27	647	34
合計	7,904	364	7,461	409

表2、ケアマネジャー1人当たりの担当件数の比較(ケアマネジャー令和3年4月までは13人、5月から14人)

	件数	月平均件数	ケアマネ1人当たり 担当件数
令和3年度	7,461	622	44.7
令和4年度	7,904	659	47.0
対前年同時期	105.9 %	37増	2.3増

②相談・支援内容(地域包括支援センター分)

項目	件数
介護保険	1,762
ふれあいの家	2
軽度生活援助事業	2
配食サービス	17
パワーリハビリ	3
施設・病院関係等	545
福祉用具	169
住宅改修	97
精神・認知症	250
家族問題	42
経済問題	35
安否確認・状態観察等	166
その他	9
合計	3,099

(2)運動器機能向上事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師	人数	内容
4	4	8	いきいき百歳体操フォロー「上道公民館」	感染症対策を講じながら住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	上道公民館		12	○いきいき百歳体操実施中に ・注意事項 ・運動ポイントの説明 ○感染予防対策の確認と参加者へ説明し、意識を高める
4	4	8	いきいき百歳体操フォロー「中浜公民館」	感染症対策を講じながら住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	中浜公民館		7	○いきいき百歳体操実施中に ・注意事項 ・運動ポイントの説明 ○感染予防対策の確認と参加者へ説明し、意識を高める
4	4	11	いきいき百歳体操フォロー「境公民館」	感染症対策を講じながら住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	境公民館		14	○いきいき百歳体操実施中に ・注意事項 ・運動ポイントの説明 ○感染予防対策の確認と参加者へ説明し、意識を高める
4	4	11	いきいき百歳体操フォロー「誠道公民館」	感染症対策を講じながら住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	誠道公民館		9	○いきいき百歳体操実施中に ・注意事項 ・運動ポイントの説明 ○感染予防対策の確認と参加者へ説明し、意識を高める
4	4	11	いきいき百歳体操フォロー「余子公民館」	感染症対策を講じながら住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	余子公民館		6	○いきいき百歳体操実施中に ・注意事項 ・運動ポイントの説明 ○感染予防対策の確認と参加者へ説明し、意識を高める
4	4	13	いきいき百歳体操フォロー「渡公民館」	感染症対策を講じながら住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	渡公民館		13	○いきいき百歳体操実施中に ・注意事項 ・運動ポイントの説明 ○感染予防対策の確認と参加者へ説明し、意識を高める
4	5	9	いきいき百歳体操「上道公民館」1000回記念	感染症対策を講じながら住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	上道公民館		24	○いきいき百歳体操実施中に ・注意事項 ・運動のポイントの説明 ○感染予防対策の確認と参加者へ説明し意識を高める ○1000回記念セレモニーに参加し励まし支援を行う
4	6	22	いきいき百歳体操フォロー講座	いきいき百歳体操の正しい方法を理解し、導入方法がわかる。健康であるために、地域でいきいき百歳体操に取り組む人を増やす。	保健相談センター	老人保健施設さかい幸朋苑 理学療法士 宮崎大地氏	40	○講話「境港市のいきいき百歳体操の取り組みについて」 ○実技「いきいき百歳体操」
4	12	22	いきいき百歳体操フォロー講座	いきいき百歳体操の正しい方法を理解し、導入方法がわかる。健康であるために、地域でいきいき百歳体操に取り組む人を増やす。	保健相談センター	元町病院 理学療法士 田村 淳氏	18	○講話「境港市のいきいき百歳体操の取り組みについて」 ○実技「いきいき百歳体操」

(2)運動器機能向上事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師	人数	内容
5	1	16	いきいき百歳体操フォロー「上道公民館」	感染症対策を講じながら住民主体で行う体操が安全で効果的に行え、また、参加者の活動意欲を高める。	上道公民館		17	○いきいき百歳体操実施中に ・注意事項 ・運動ポイントの説明 ○感染予防対策の確認と参加者へ説明し、意識を高める
5	3	16	いきいき百歳体操フォロー講座	いきいき百歳体操の正しい方法を理解し、いきいき百歳体操の導入方法が理解できる。 健康であるために、地域でいきいき百歳体操に取り組む人を増やす。	保健相談センター	済生会介護老人保健施設 はまかぜ 理学療法士 中村 誠氏	40	○講話「境港市のいきいき百歳体操の取り組みについて」 ○実技「いきいき百歳体操」

実施回数	11
参加延べ人数	200

## (3) 認知症予防事業

年	月	日	教室名	目的	会場	人数	内容
4	4	20	認知症 本人ミーティング	ミーティングに参加し参加者の思い や最近の活動状況等を知る。	西部会場 わだや小路	5	・近況報告 ・本人ミーティング開催方法についての提案と検討
4	5	12	上道小学校認知症 サポーター養成講 座打合せ	4年生児童が高齢者や認知症につ いての学習を効果的かつ円滑に実 施できるようにする。	上道小学校	2	・今年度の学習内容についての検討 ・学習日程の検討
4	5	19	第1回 西部本人 ミーティング実行委 員会	本人ミーティングでどのようなテー マで取り組むかを本人やパート ナーが話し合う。	わだや小路	9	・西部本人ミーティング実行委員会の目的共有 ・西部本人ミーティングではどのようなテーマで取 り組むか ・今後について
4	5	19	認知症予防サーク ル財ノ木にこにこ会	認知症予防サークルの自主運営が 円滑に行われる。	財ノ木会館	8	サークル活動の後方支援
4	5	23	高齢者疑似体験 (上道小学校)	高齢者の身体的特徴と気持ちを理 解する。	上道小学校	40	・学習のねらい・実施の注意事項 ・高齢者体験(全員が体験者と観察者)を交代で 行う。高齢者の条件設定をしたり、階段に障害物 を置いての階段昇降を行った。 ・気が付いたことを意見交換 ・各クラスでまとめ
4	5	24	中浜地区認知症サ ポーター養成講座	認知症について正しい知識を習得 し理解を図る。	中浜公民館	16	・養成講座について ・認知症基礎知識について ・対応について ・グループワーク(ゴミ出し事例) ・認知症本人からのメッセージ ・認知症サポーターの役割 ・境港市での取り組み
4	5	25	境地区認知症サ ポーター養成講座	認知症について正しい知識を習得 し理解を図る。	境公民館	27	・養成講座について ・認知症基礎知識について ・対応について ・グループワーク(ゴミ出し事例) ・認知症本人からのメッセージ ・認知症サポーターの役割 ・境港市での取り組み
4	6	1	認知症サポーター 養成講座1回目(上 道小学校)	認知症について正しい知識を習得 し理解を図る。	上道小学校 コミュニティ ルーム	49	認知症基礎知識の学習 ・認知症の病気について ・記憶の仕組み ・症状について ・症状を減らすためには
4	6	6	中浜小学校認知症 サポーター養成講 座打ち合わせ	4年生児童が高齢者や認知症につ いての学習を効果的かつ円滑に実 施できるようにする。	中浜小学校	2	・今年度の学習内容についての検討・学習日程の 検討
4	6	8	外江地区認知症サ ポーター養成講座	認知症について正しい知識を習得 し理解を図る。	外江ふれあい 会館	19	・認知症サポーター養成講座について ・認知症基礎知識について ・対応について ・グループワーク(ゴミ出し事例) ・認知症本人からのメッセージ ・認知症サポーターの役割 ・境港市での取り組み

## (3) 認知症予防事業

年	月	日	教室名	目的	会場	人数	内容
4	6	14	渡小学校認知症サポーター養成講座打ち合わせ	4年生児童が高齢者や認知症についての学習を効果的かつ円滑に実施できるようにする。	渡小学校	2	・今年度の学習内容についての検討・学習日程の検討
4	6	15	認知症サポーター養成講座2回目(上道小学校)	認知症について正しい知識を習得し理解を図る。 対応の仕方や住みやすいまちについて考えることができる。	上道小学校	49	・(1回目終了後)各クラスで事前学習「認知症のおばあさんの気持ちを考える」紙芝居を通じて、グループワークで「自分たちにできる事(不安な気持ちにさせない)」を実施 ・対応方法の学習:グループワーク発表 ・まとめ:発表の講評と復習 ・認知症サポーターの役割(サポーターカードの説明)
4	6	16	認知症本人ミーティング	ミーティングに参加し参加者の思いや最近の活動状況等を知る。	コメダ珈琲車尾店	4	・最近気になること ・これまでの本人の体験について
4	6	17	余子小学校認知症サポーター養成講座打ち合わせ	4年生児童が高齢者や認知症についての学習を効果的かつ円滑に実施できるようにする。	余子小学校	1	・今年度の学習内容についての検討・学習日程の検討
4	6	22	境小学校認知症サポーター養成講座打ち合わせ	4年生児童が高齢者や認知症についての学習を効果的かつ円滑に実施できるようにする。	境小学校	2	・今年度の学習内容についての検討・学習日程の検討
4	6	23	高齢者疑似体験(渡小学校)	高齢者の身体的特徴と気持ちを理解する。	渡小学校	57	・学習のねらい・実施の注意事項 ・高齢者体験(全員が体験者と観察者)を交代で行う。高齢者の条件設定をしたり、階段に障害物をおいての階段昇降を行った。 ・気が付いたことを意見交換 ・各クラスでまとめ
4	6	30	外江小学校認知症サポーター養成講座打ち合わせ	4年生児童が高齢者や認知症についての学習を効果的かつ円滑に実施できるようにする。	外江小学校	3	・今年度の学習内容についての検討・学習日程の検討
4	7	4	高齢者疑似体験(余子小学校)	高齢者の身体的特徴と気持ちを理解する。	余子小学校	37	・学習のねらい・実施の注意事項 ・高齢者体験(全員が体験者と観察者)を交代で行う。高齢者の条件設定をしたり、階段に障害物をおいての階段昇降を行った。 ・気が付いたことを意見交換 ・各クラスでまとめ
4	7	12	高齢者疑似体験(中浜小学校)	高齢者の身体的特徴と気持ちを理解する。	中浜小学校	46	・学習のねらい・実施の注意事項 ・高齢者体験(全員が体験者と観察者)を交代で行う。高齢者の条件設定をしたり、階段に障害物をおいての階段昇降を行った。 ・気が付いたことを意見交換 ・各クラスでまとめ
4	8	18	認知症本人ミーティング	ミーティングに参加し参加者の思いや最近の活動状況等を知る。	わだや小路	3	カヌーの試乗を行った結果、課題の対策について話し合われた。

## (3) 認知症予防事業

年	月	日	教室名	目的	会場	人数	内容
4	9	5	認知症サポーター養成講座1回目(中浜小学校)	認知症について正しい知識を習得し理解を図る。	中浜小学校	48	認知症基礎知識の学習 ・認知症の病気について ・記憶の仕組み ・症状について ・症状を減らすためには
4	9	7	認知症予防自主サークル渡まめな会研修	認知症についての正しい知識の習得や認知症予防の目的を理解し、今後の自主活動取り組み意欲を高める。	渡公民館	13	講話「認知症予防について」 ・認知症について ・症状を軽減するために出来る事 ・安心して暮らせるまちづくりの取り組み(身近な理解者を増やす) ・予防について(脳の老化を防ぐ・異常を防ぐ・活性化) ・自主サークルの活動方針(目的型認知症予防について) ・質疑応答
4	9	13	認知症サポーター養成講座1回目(余子小学校)	認知症について正しい知識を習得し理解を図る。	余子小学校4年1組	40	認知症基礎知識の学習 ・認知症の病気について ・記憶の仕組み ・症状について ・症状を減らすためには
4	9	15	認知症サポーター養成講座1回目(渡小学校)	認知症について正しい知識を習得し理解を図る。	渡小学校	57	認知症基礎知識の学習 ・認知症の病気について ・記憶の仕組み ・症状について ・症状を減らすためには
4	9	20	高齢者疑似体験(境小学校)	高齢者の身体的特徴と気持ちを理解する。	境小学校多目的教室	46	・学習のねらい・実施の注意事項 ・高齢者体験(全員が体験者と観察者)を交代で行う。高齢者の条件設定をしたり、階段に障害物をおいての階段昇降を行った。 ・気が付いたことを意見交換 ・各クラスでまとめ
4	9	24	第15回認知症になっても安心して暮らせるまちづくり市民大会	認知症に関する講演会を行うことで、認知症についての正しい知識の普及啓発を行う。	境港市文化ホール(シンフォニーガーデン)	102	1部:講演「認知症と共に自分らしく暮らすために」 認知症本人ワーキンググループ代表理事:藤田和子氏 鳥取市中央包括支援センター認知症地域支援推進員:金谷佳寿子氏 2部:トークセッション「大切なことは良い出会い・よき情報をえること～本人からのメッセージ～」 コーディネーター:境港市認知症地域支援推進員末吉 参加者:境港市在住 松本礼治氏・鳥取市認知症本人大使「希望大使」藤田和子氏・鳥取市認知症地域支援推進員 金谷佳寿子氏

## (3) 認知症予防事業

年	月	日	教室名	目的	会場	人数	内容
4	9	26	高齢者疑似体験 (外江小学校)	高齢者の身体的特徴と気持ちを理解する	外江小学校体育館	43	(全て児童が進行) ・学習のねらい・実施の注意事項 ・高齢者体験を、4ブースに分かれて行う。 ①指先の使いにくさ体験・見えにくさ体験 ②足腰の動かしにくさ体験(荷物を前に装着して階段昇降する) ・体験を通じて気が付いたことをグループに分かれて話し合う。 ・各グループから発表 ・包括支援センターからの評価 ・疑似体験セット装着(児童2名のみ)体験と感想の発表
4	9	27	認知症サポーター 養成講座1回目 (境小学校)	認知症について正しい知識を習得する。	境小学校体育館	46	認知症基礎知識の学習 ・認知症の病気について ・記憶の仕組み ・症状について ・症状を減らすためには
4	9	29	認知症サポーター 養成講座2回目 (中浜小学校)	認知症について正しい知識を習得し理解を図る。 対応の仕方や住みやすいまちについて考えることができる。	中浜小学校	48	・(1回目終了後)各クラスで事前学習「認知症のおばあさんの気持ちを考える」紙芝居を通じて、グループワークで「自分たちにできる事(不安な気持ちにさせない)」を実施 ・授業参観日に自分たちの勉強したこと(対応方法の学習結果と発表するためのプレ発表 ・まとめ:発表の講評と復習 ・認知症サポーターの役割(サポーターカードの説明)
4	9	30	世界アルツハイマー デー月間図書館ミ ニ展示	世界アルツハイマーデー月間の取り組みとして、認知症の啓発を行う。	市民図書館		・世界アルツハイマー月間である9月に認知症啓発活動として市民図書館と連携し、認知症に関するミニ展示を行う。 ・図書館内に認知症に関する図書や配布資料を設置する。
4	10	5	認知症サポーター 養成講座2回目 (渡小学校)	認知症についての正しい知識の習得と理解を図る。 対応の仕方や住みやすいまちについて考えることができる。	渡小学校 多目的教室	59	・(1回目終了後)各クラスで事前学習「認知症のおばあさんの気持ちを考える」紙芝居を通じて、グループワークで「自分たちにできる事(不安な気持ちにさせない)」を実施 ・まとめ:発表の講評と復習 ・認知症サポーターの役割(サポーターカードの説明)
4	10	7	認知症サポーター 養成講座1回目 (外江小学校)	認知症について正しい知識を習得し理解を図る。	外江小学校体育館	46	高齢者疑似体験(シルバー体験)のふりかえり 認知症基礎知識の学習 ・認知症の病気について ・記憶の仕組み ・症状について ・症状を減らすためには



## (3) 認知症予防事業

年	月	日	教室名	目的	会場	人数	内容
4	10	14	認知症サポーター養成講座2回目(境小学校)	認知症について正しい知識を習得し理解を図る。 対応の仕方や住みやすいまちについて考えることができる。	境小学校 体育館	49	・(1回目終了後)各クラスで事前学習「認知症のおばあさんの気持ちを考える」紙芝居を通じて「自分たちにできる事(不安な気持ちにさせない)」を話し合った結果の発表 ・まとめ:発表の講評と復習 ・認知症サポーターの役割(サポーターカードの説明)
4	11	15	第1回郵便局認知症サポーター養成講座	認知症について正しい知識を習得し理解を図る。 対応の仕方や住みやすいまちについて考えることができる。	境港郵便局本 庁	7	認知症サポーター養成講座について ・認知症基礎知識について ・認知症の人、介護する家族の気持ちについて ・認知症の方への対応について グループワーク(ATMでの対応:包括職員寸劇) ・認知症本人からのメッセージ ・認知症サポーターの役割 ・境港市での取り組み
4	11	18	第2回郵便局認知症サポーター養成講座	認知症について正しい知識を習得し理解を図る。 対応の仕方や住みやすいまちについて考えることができる。	境港郵便局本 庁	7	・認知症基礎知識について ・対応について ・グループワーク(ATMでの対応事例) ・認知症本人からのメッセージ視聴 ・認知症サポーターの役割 ・境港市での取り組み
4	11	18	第3回郵便局認知症サポーター養成講座	認知症について正しい知識を習得し理解を図る。 対応の仕方や住みやすいまちについて考えることができる。	境港郵便局本 庁	8	認知症サポーター養成講座について ・認知症基礎知識について ・認知症の人、介護している家族の気持ちについて ・認知症の方の関わり方について グループワーク(ATMでの対応) ・認知症本人からのメッセージ視聴(音声+静止画像) ・認知症サポーターの役割 ・境港市での取り組み
4	11	25	第4回郵便局認知症サポーター養成講座	認知症について正しい知識を習得し理解を図る。 対応の仕方や住みやすいまちについて考えることができる。	境港郵便局本 庁	8	認知症サポーター養成講座について ・認知症基礎知識について ・認知症の人、介護している家族の気持ちについて ・認知症の方の関わり方について グループワーク(ATMでの対応事例) ・認知症本人からのメッセージ視聴(音声+静止画像) ・認知症サポーターの役割 ・境港市での取り組み
4	11	25	第5回郵便局認知症サポーター養成講座	認知症について正しい知識を習得し理解を図る。 対応の仕方や住みやすいまちについて考えることができる。	境港郵便局本 庁	7	・認知症基礎知識について ・対応について ・グループワーク(ATMでの対応) ・認知症本人からのメッセージ視聴 ・認知症サポーターの役割 ・境港市での取り組み

## (3) 認知症予防事業

年	月	日	教室名	目的	会場	人数	内容
4	11	30	認知症サポーター養成講座(インタビュー) 外江小学校	認知症サポーター養成講座を受けた4年生が、外江町に住む高齢者の生活を知ることが出来る。同じ地域に住む子どもとして高齢者の皆様とどのように関わればよいか、5つのグループ(元気な高齢者・介護している家族・認知症を含む高齢者を対象にした医療従事者・行政担当者・高齢者施設職員)に分かれてインタビューを行うことで、自分達ができる関りや地域のためにできる事を考えるきっかけとする。	外江小学校	8	包括が担当した内容: 事前に質問内容提示あり。 ・おとしりの方の生活で気をつけることは ・介護の仕方でも気をつけることは ・認知症の薬が市にあるか、どこかにあるか ・認知症の薬の効果は 当日は以下の内容が追加 ・認知症の人に笑顔になってもらうために自分たちは何をすればよいか 最後に進行役の児童が振り返りを行った
4	12	13	認知症サポーター養成講座2回目(余子小学校)	認知症について正しい知識を習得し理解を図る。 対応の仕方や住みやすいまちについて考えることができる。	余子小学校 4年1組	40	・(1回目終了後)各クラスで事前学習「認知症のおばあさんの気持ちを考える」紙芝居を通じて「自分たちにできる事(不安な気持ちにさせない)」を話し合った結果の発表 ・まとめ:発表の好評 ・認知症サポーターの役割(サポーターカードの説明)
5	2	8	認知症予防サークル自立支援「えがおの会」	サークル自主活動の目的や内容を再確認する。認知症の人がどのような支援を必要であるかを知ることによって今後のサークル活動の取り組み意欲を高める。フレイル予防と合わせて認知症予防のための対策を再確認する。	外江 ふれあい 会館	11	・認知症にやさしいまち ・境港市認知症予防サークル活動の目的 ・認知症とつきあう ・フレイル予防と合わせてみましょう ・質疑応答
5	2	17	認知症本人ミーティング	ミーティングに参加し参加者の思いや最近の活動状況等を知る。	わだや小路	3	「最近感じること」について意見交換が行われた
5	2	21	認知症予防自主サークルフォロー「二葉会」	サークル自主活動の目的や内容を再確認する。認知症の人がどのような支援を必要であるかを知ることによって今後のサークル活動の取り組み意欲を高める。フレイル予防と合わせて認知症予防のための対策を再確認する。	夕日ヶ丘2丁目集会所	4	・認知症にやさしいまち ・境港市認知症予防サークル活動の目的 ・認知症とつきあう ・フレイル予防と合わせて実践 ・質疑応答
5	2	22	認知症予防自主サークルフォロー「たっしやで会」	サークル自主活動の目的や内容を再確認する。認知症の人がどのような支援を必要であるかを知ることによって今後のサークル活動の取り組み意欲を高める。フレイル予防と合わせて認知症予防のための対策を再確認する。	境公民館	6	・認知症にやさしいまち ・境港市認知症予防サークル活動の目的 ・認知症とつきあう ・フレイル予防と合わせて実践 ・質疑応答

## (3) 認知症予防事業

年	月	日	教室名	目的	会場	人数	内容
5	2	24	認知症予防自主サークルフォロー「健康ひまわり会」	サークル自主活動の目的や内容を再確認する。認知症の人がどのような支援を必要であるかを知ることによって今後のサークル活動の取り組み意欲を高める。フレイル予防と合わせて認知症予防のための対策を再確認する。	余子公民館	7	・認知症にやさしいまち ・境港市認知症予防サークル活動の目的 ・認知症とつきあう ・フレイル予防と合わせて実践 ・質疑応答
5	2	28	認知症サポーター養成講座2回目(外江小学校)	認知症について正しい知識を習得し理解を図る。 対応の仕方や住みやすいまちについて考えることができる。	外江小学校体育館	46	・(1回目終了後)各クラスで事前学習「認知症の方の気持ちを考える」紙芝居を通じて「自分たちにできる事(不安な気持ちにさせない)」を話し合った結果の発表 ・まとめ:発表の好評 ・認知症サポーターの役割(サポーターカードの説明)
5	3	1	認知症自主サークルフォロー「いきいきサロン」	サークル自主活動の目的や内容を再確認する。認知症の人がどのような支援を必要であるかを知ることによって今後のサークル活動の取り組み意欲を高める。フレイル予防と合わせて認知症予防のための対策を再確認する。	三軒屋町会館	9	・認知症にやさしいまち ・境港市認知症予防サークル活動の目的 ・認知症とつきあう ・フレイル予防と合わせてみましょう ・質疑応答
5	3	8	認知症予防サークル自立支援「認知症をみんなで学ぶ会」	サークル自主活動の目的や内容を再確認する。認知症の人がどのような支援を必要であるかを知ることによって今後のサークル活動の取り組み意欲を高める。フレイル予防と合わせて認知症予防のための対策を再確認する。	誠道公民館	7	・認知症にやさしいまち ・境港市認知症予防サークル活動の目的 ・認知症とつきあう ・フレイル予防と合わせて実践 ・質疑応答
5	3	13	認知症自主サークル自立支援「さくら会」	サークル自主活動の目的や内容を再確認する。認知症の人がどのような支援を必要であるかを知ることによって今後のサークル活動の取り組み意欲を高める。フレイル予防と合わせて認知症予防のための対策を再確認する。	小篠津町会館	3	・認知症にやさしいまち ・境港市認知症予防サークル活動の目的 ・認知症とつきあう ・フレイル予防と合わせて実践 ・質疑応答

実施回数	49
参加延べ人数	1159

(4) 元気シニア増やそう(フレイル予防) 事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師	総数	内容
4	4	22	ハイリスクフォー教室 青シールにチェンジ大作戦「口腔機能」	ハイリスク者が今後の目標を明確にし、口腔機能の向上に向けた具体的な取り組みの方法を取得する。また、継続して取り組める具体策と意欲を高める。	保健相談センター	言語聴覚士 三好氏、佐々氏、 歯科衛生士 高場氏	7	1.ミニ講話 歯科衛生士、言語聴覚士 ・うがい30秒・吹き戻し 2.集団指導(保健師) ・現在取り組んでいること ・講義で大切だと感じたこと 3.個別相談、目標をたてまとめ 歯科衛生士、言語聴覚士 保健師
4	4	25	フレイルチェック「境公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	境公民館	フレイルサポーター6人、保健師	6	○フレイルサポーターと保健師による 2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
4	4	27	第1回フレイルサポーター全体連絡会	今年度のフレイル予防活動への意欲を高め、フレイルチェックに向けた準備を整える。	保健相談センター		37	・新スタッフ紹介 ①今年度の活動について ②境港市の現状の報告 ③令和3年度全国WEB会議・フレイル予防講演会報告 ④活動内容の協議
4	5	30	フレイルチェック「誠道公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	誠道公民館	フレイルサポーター9人、保健師	8	○フレイルサポーターと保健師による 2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
4	5	31	フレイルチェック「渡公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	渡公民館	フレイルサポーター8人、保健師	9	○フレイルサポーターと保健師による 2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
4	6	2	ふれあいの家「境東」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	なぎさ会館		9	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	6	7	ふれあいの家「境中」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	境公民館		16	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	6	14	ふれあいの家「渡6」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	渡6区会館		11	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」

## (4) 元気シニア増やそう(フレイル予防) 事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師	総数	内容
4	6	15	ふれあいの家 「小篠津町」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	小篠津町 会館		19	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	6	17	ふれあいの家 「上道7区」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	なぎさ 会館		10	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	6	20	ふれあいの家「渡 4区」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	渡4区 会館		10	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	6	20	第5期生 フレイルサポーター連絡会	6期生フレイルサポーター養成講座の実施に向けた役割を明確にし、イメージを高める。	保健相談 センター		9	・養成講座について確認 ・養成講座のデモンストレーション
4	6	22	ハイリスクフォー ロー教室 青シールにチェンジ大作戦「保健師の個別相談」	ハイリスク者が今後の目標を明確にし、改善に向けた具体的な取り組みの方法を取得する。また、継続して取り組める具体策と意欲を高める。	保健相談 センター	保健師	8	1. 教室の目的説明 2. 個別相談 ・自分の特徴改善できそうな項目 ・目標におけた具体策の個別アドバイス ・今後の受講案内
4	6	22	ふれあいの家 「渡西区」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	渡西会館		18	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	6	25	ふれあいの家 「境西」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	しおさい 会館		8	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	6	28	フレイルチェック 「中浜公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	中浜 公民館	フレイルサポーター7人、保健師	8	○フレイルサポーターと保健師による2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
4	6	29	フレイルチェック 「上道公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	上道 公民館	フレイルサポーター6人、保健師	9	○フレイルサポーターと保健師による2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱

## (4) 元気シニア増やそう(フレイル予防) 事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師	総数	内容
4	7	5	ふれあいの家 「渡1区」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	渡1区 会館		14	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	7	6	ふれあいの家 「中野町」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	中野町 会館		10	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	7	12	ふれあいの家 「高松町」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	高松町 会館		17	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	7	14	ふれあいの家 「竹内町」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	竹内町 会館		15	○フレイルサポーターと保健師による 2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
4	8	2	フレイルチェック 「7/13外江分」 「7/27余子分」 「7/21養成講座分」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	保健相談 センター	フレイルサ ポーター5 人、保健師	10	○フレイルサポーターと保健師による 2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
4	8	3	フレイルサポーター・IOG神谷先生オンライン連絡会	フレイルサポーター活動についての新たな情報共有を行い、今後の活動のヒントを得て活動意欲を高める	第1 会議室		10	WEBにて ・境港市からの質問と回答 ・神谷先生からの情報共有
4	8	22	第2回フレイルサポーター全体連絡会	フレイルサポーターの活動意義を再確認し、取り組み意欲を高める。 今後のフレイルチェックの役割を明確にし共有を図る。	保健相談 センター		33	感染予防対策として2回に分けて実施 【1部】上道・境地区 13:00~13:50 【2部】渡・外江・余子・中浜・誠道地区 14:00から16:50 ・神谷先生WEB情報交換会の共有 ・飯島ラボの紹介 1部のみ、飯島ラボを視聴(東京都文京区発表分) ・今後のフレイルチェックの役割決め
4	8	24	ハイリスクフォー教室 青シールにチェンジ大作戦 「栄養」「口腔機能」	ハイリスク者が今後の目標を明確にし、栄養改善、及び口腔機能改善に向けた具体的な取り組みの方法を習得する。また、継続して取り組める具体策と意欲を高める。	保健相談 センター	栄養士会栄養士阿部暁子氏、健康推進課渡辺言語聴覚士三好綾氏	6	1. 教室の目的説明 2. EAT-10 3. 個別相談 (栄養士、言語聴覚士、保健師)

## (4) 元気シニア増やそう(フレイル予防) 事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師	総数	内容
4	8	29	フレイルチェック 「境公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	境公民館	フレイルサポーター6人、保健師	8	○フレイルサポーターと保健師による2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
4	8	30	フレイルチェック 「誠道公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	誠道公民館	フレイルサポーター6人、保健師	8	○フレイルサポーターと保健師による2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
4	9	15	フレイルチェック 「渡公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	渡公民館	フレイルサポーター7人、保健師	9	○フレイルサポーターと保健師による2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
4	9	28	フレイルチェック 「中浜公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	中浜公民館	フレイルサポーター6人、保健師	4	○フレイルサポーターと保健師による2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
4	10	4	ふれあいの家 「美保町」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	美保町会館		14	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	10	6	ふれあいの家 「幸神町」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	幸神町会館		21	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	10	19	フレイルチェック (上道公民館)	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	上道公民館	フレイルサポーター6人、保健師	9	○フレイルサポーターと保健師による2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
4	10	24	ふれあいの家 「麦垣町」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	麦垣町会館		12	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	10	25	ふれあいの家 「渡Ⅱ区」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	渡Ⅱ区会館		7	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」

## (4) 元気シニア増やそう(フレイル予防) 事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師	総数	内容
4	10	26	ふれあいの家 「誠道町」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	誠道 集会所		15	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	10	27	第5期生フレイル サポーター連絡 会	6期生フレイルサポーター養成講座の実施に向けた役割を明確にし、イメージを高める。	保健相談 センター		7	・フレイルサポーター養成講座について 確認(目的、流れ、役割、介入方法)
4	10	28	ふれあいの家 「三軒屋町」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	三軒屋町 会館		23	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	10	31	フレイルチェック (余子公民館)	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	余子 公民館	フレイルサ ポーター9 人、保健師	8	○フレイルサポーターと保健師による 2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
4	11	7	6期生フレイルサ ポーター養成講 座 1日目(6期生 のフレイルチェ ックを兼ねる)	①フレイルサポーターに必要な知識を深め、フレイルチェックの取り組み方法を習得する。 2,3,4期生が①を達成するために説明やアドバイスを行うことでサポーター養成講座の仕組みづくりの担い手となる。	保健相談 センター	5期生フレ イルサポー ター、保健師	10	○オリエンテーション ○講話「フレイルについて」 ○フレイルチェックの実技研修 ・イレブンチェック(机上で説明練習) ・深堀チェック(机上で説明練習、測定方法の練習) ○講話「予防の具体策、まとめ」 ○今後の流れ・ポロシャツ配布
4	11	8	6期生フレイルサ ポーター養成講 座 2日目	フレイルサポーターに必要な知識を深め、フレイルチェックの取り組み方法を習得する。	保健相談 センター	6期生フレ イルサポー ター、保健師	10	○参加者にフレイルチェック実施 ・準備・オリエンテーション ・ミニ講話・イレブンチェック ・深堀チェック・結果説明
4	11	8	フレイルチェック 6期生被験者(保 健相談センター)	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	保健相談 センター	6期生フレ イルサポー ター、保健師	9	○フレイルサポーターと保健師による 2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
4	11	10	ふれあいの家 「新屋町」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	新屋町 会館		18	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	11	11	ふれあいの家 「渡7区」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	渡7区 会館		13	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」



## (4) 元気シニア増やそう(フレイル予防) 事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師	総数	内容
4	11	14	ふれあいの家 「福定」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	福定町 会館		18	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	11	14	飯島ラボ定例 ミーティング	フレイルサポーターの取り組み意欲を高める	第2 会議室		2	IOG主催「飯島ラボ 定例ミーティング」 に参加 フレイルサポーターと視聴 1.地域活動報告・・・参加 2.IOG研修者報告
4	11	21	フレイルチェック (外江公民館)	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	外江 ふれあい 会館	フレイルサ ポーター6 人、保健師	7	○フレイルサポーターと保健師による 2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
4	11	22	ふれあいの家 「夕日ヶ丘2丁 目」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	夕日ヶ丘 2丁目 集会所		4	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	11	24	ふれあいの家 「財ノ木町」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	財ノ木町 会館		12	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	11	24	ふれあいの家 「芝町」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	芝町会館		3	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	11	29	6期生フレイルサ ポーター連絡会	前回フレイルチェックでのサポーターとしての役割を確認する。 フレイルサポーター活動の意義を再確認し取り組み意欲を高める。	保健相談 センター		8	○養成講座振り返り・共有事項 ・サポーターから確認したいこと ・包括からの共有事項 ○機器操作練習 ○次回日程確認
4	11	29	第3回フレイル サポーター全体 連絡会	フレイルサポーター活動の意義を再確認し取り組み意欲を高める。 今後のフレイルチェックの役割を明確にし共有を図る。	保健相談 センター		38	○6期生の紹介 ○飯島ラボ報告 ○今後の計画(役割分担の確認)
4	12	1	フレイルチェック (渡公民館)	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	渡公民館	フレイルサ ポーター7 人、保健師	7	○フレイルサポーターと保健師による 2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱

## (4) 元気シニア増やそう(フレイル予防) 事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師	総数	内容
4	12	2	ふれあいの家 「上道町会館」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	上道町 会館		20	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	12	5	ふれあいの家「西 灘ふれあい会 館」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	西灘 ふれあい 会館		11	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	12	6	ふれあいの家 「外江ふれあい 会館」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	外江 ふれあい 会館		6	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	12	7	ふれあいの家 「上道8区」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	なぎさ 会館		12	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	12	8	フレイルチェック (保健相談セン ター)	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	保健相談 センター	フレイルサ ポーター8 人、保健師	10	○フレイルサポーターと保健師による 2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
4	12	9	ふれあいの家 「清水町」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	清水町 会館		7	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
4	12	12	飯島ラボ定例 ミーティング	フレイルサポーターの取り組み意欲を高める。	第2 会議室		4	IOG主催「飯島ラボ 定例ミーティング」 に参加 フレイルサポーターと視聴 1.地域活動報告・・・参加 2.IOG研修者報告
4	12	14	フレイルチェック (境公民館)	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	境公民館	フレイルサ ポーター6 人、保健師	6	○フレイルサポーターと保健師による 2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
4	12	22	ハイリスクフォ ロー教室 青シールにチェン ジ大作戦「口腔 衛生」	ハイリスク者が今後の目標を明確にし、口腔機能改善に向けた具体的な取り組みの方法を習得する。また、継続して取り組める具体策と意欲を高める。	保健相談 センター	歯科衛生士 会 歯科衛生士 高場氏	3	1. 教室の目的説明 2. 歯科衛生士のミニ講話 「口腔衛生と口腔体操」 ・個別相談(保健師)

## (4) 元気シニア増やそう(フレイル予防) 事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師	総数	内容
5	1	11	ふれあいの家 「渡2区」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	渡2区 会館		9	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
5	1	17	ふれあいの家 「渡8区」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	渡8区 会館		9	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
5	1	18	フレイルチェック (上道公民館)	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	上道 公民館	フレイルサポーター9人、保健師	7	○フレイルサポーターと保健師による2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
5	1	19	フレイルチェック (中浜公民館)	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	中浜 公民館	フレイルサポーター6人、保健師	6	○フレイルサポーターと保健師による2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
5	1	23	飯島ラボ定例 ミーティング	フレイルサポーターの取り組み意欲を高める。	健康 相談室		1	IOG主催「飯島ラボ 定例ミーティング」に参加 フレイルサポーターと視聴 1.地域活動報告・・・参加 2.IOG研修者報告
5	1	24	ふれあいの家 「夕日ヶ丘1丁目」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	夕日ヶ丘 1丁目 集会所		9	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
5	1	27	上道地区社協理事 会 フレイル予 防勉強会	フレイル予防の普及を図り、今後のフレイル予防活動の参加呼びかけをする。	上道町 会館	上道地区フレイルサポーター、保健師	5	・ミニ講話「フレイルとは」 ・イレブンチェック・指輪っかテスト ・ミニチェック (体組成・片足立ち上がり・握力・滑舌) ・フレイル予防の具体策 ・フレイル予防の勧めと事業PR
5	1	29	健康まつり 「フレイルチェック コーナー」	フレイル予防の啓発を図り、今後のフレイル予防活動への参加を促す。	保健相談 センター	フレイルサポーター、保健師	12	・ミニ講話「フレイルって？」(サポーター) ・チェック体験コーナー (サポーター) (片足立ち上がり、手足の筋肉量、握力、滑舌) ・ミニ講話「フレイル予防の具体策」 (保健師)
5	1	31	フレイルチェック (誠道公民館)	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	誠道 公民館	フレイルサポーター7人、保健師	9	○フレイルサポーターと保健師による2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱

## (4) 元気シニア増やそう(フレイル予防) 事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師	総数	内容
5	2	2	ふれあいの家 「渡5区」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	渡5区 会館		13	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
5	2	3	フレイルチェック 「外江公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	外江 ふれあい 会館	フレイルサ ポーター8 人、保健師	10	○フレイルサポーターと保健師による 2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
5	2	6	フレイルチェック 「余子公民館」	フレイルチェックを通じて自分のフレイルの危険度を知り、フレイル予防の取り組み意欲を高める。	余子 公民館	フレイルサ ポーター9 人、保健師	6	○フレイルサポーターと保健師による 2時間の教室 ・オリエンテーション ・フレイルについてミニ講話 ・フレイルチェック ・結果説明 健康長寿の3つの柱
5	2	8	ハイリスクフォー 教室 青シールにチェン ジ大作戦「栄養」	ハイリスク者が今後の目標を明確にし、栄養改善、及び口腔機能改善に向けた具体的な取り組みの方法を習得する。また、継続して取り組める具体策と意欲を高める。	保健相談 センター	栄養士会栄 養士阿部暁 子氏、健康推 進課渡辺	4	1. 教室の目的説明 2. 個別相談(栄養士・保健師)
5	2	11	ふれあいの家 「渡3区」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	渡3区 会館		10	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
5	2	15	全国フレイル チェックの集い (オンライン開催)	全国で活動するフレイルサポーターの取り組みを知り、活動意欲を高める。	健康相談 センター		6	第1部フレイル予防の全国展開(最新動 向レポート) ・東京大学高齢社会総合研究機構からの 最新の話題 第2部全国のみんなで作り上げるフレ イルチェック活動(各地の取組を知ろう) 第3部皆で考えるこれからのフレイル予 防(誰に伝える,何を伝える,何ができる)
5	2	15	ふれあいの家 「渡9区」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。 フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	渡9区 会館		12	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
5	2	17	フレイル予防 講演会	フレイル予防についての知識を深め、介護予防の取り組み意欲を高める。	みなと テラス	東京大学高 齢社会総合 研究機構 学 術支援専門 員 神谷哲朗氏	205	①境港市の活動報告 ②講演会 「～人生100年時代を元気にフレイル対 策～ やりがいと役立ちがいのすすめ」

(4) 元気シニア増やそう(フレイル予防)事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師	総数	内容
5	2	17	講演会終了後フレイルサポーター連絡会	フレイル予防活動の意欲を高める。	みなとテラス	東京大学高齢社会総合研究機構 学術支援専門員 神谷哲朗氏	18	・神谷先生からの情報提供
5	2	24	ふれあいの家「渡10区」	健康寿命の延伸に向けた介護予防の取り組み意欲を高める。フレイル予防のための運動や口腔・栄養についての具体策を習得する。	渡10区会館		9	・講話「感染予防とフレイルについて」 ・実技「指輪っか&イレブンチェック」 ※フレイルサポーターと共に実施 ・講話「フレイル予防対策について」 ・実技「運動・口腔体操」
5	3	16	ハイリスクフォー教室 青シールにチャレンジ大作戦「保健師の個別相談」	ハイリスク者が今後の目標を明確にし、改善に向けた具体的な取り組みの方法を習得する。また、継続して取り組める具体策と意欲を高める。	保健相談センター	保健師	5	1. 教室の目的説明 2. 個別相談(保健師)

実施回数	81
参加延べ人数	1065

- ①フレイル予防講演会1回 参加者205人  
 ②フレイルサポーター養成講座1回 サポーター10人誕生  
 ③フレイルサポーター連絡会14回 延べ参加者190人  
 ④フレイルチェック23回 延べ参加者183人

(5) みんなで一緒にフレイル予防大作戦事業

○ 目的:「人生100歳時代!みんな一緒にフレイル予防」と題したちらしを3,000枚作成し、フレイルについて本市が実施しているフレイルサポーターと一緒にフレイルチェック活動等の啓発を行う。

方法:市内の公民館、図書館など公共機関、医療機関、歯科医療機関、薬局、郵便局へ掲示、設置する。また、講演会他事業で配布する。

(6)口腔機能向上・栄養改善事業

年	月	日	教室名	目的	会場	講師	人数	内容
4	4	22	健口づくり講演会	オーラルフレイルについて理解し、予防のための具体的な方法を習得する。	保健相談センター	鳥取県言語聴覚士会 三好 綾氏 鳥取県歯科衛生士会 高場由紀美氏	31	①言語聴覚士による講話 「オーラルフレイルについて」 ・EAT-10+質問項目(特長を把握) ・実技「口腔体操」 ②歯科衛生士による講話&実技 「口腔内をきれいに保とう」 ・講話:紙芝居による歯の手入れ説明 ・実技:糸ようじの当て方(歯模型)
4	8	24	栄養改善講演会 フレイル予防「栄養」	フレイル予防に向けて、低栄養改善についての知識を深め具体的な方法を習得する。	保健相談センター	鳥取県栄養士会 管理栄養士 阿部暁子氏 健康推進課栄養士	27	○講演「手軽で簡単!美味しく食べよう」~たんぱく質の上手な摂り方~ ○たんぱく質の多い食材を使った簡単にできる調理のデモンストレーション
4	11	17	健口づくり講演会&歯科口腔機能健診	口腔機能改善についての知識を深め、高齢者の健康の保持増進を図り、介護が必要な状態になることを予防する。	保健相談センター	鳥取県西部歯科医師会 入澤雄介氏 言語聴覚士 佐々智彦氏	33	①歯科医師によるミニ講話 「生涯美味しく食べるために」 ②言語聴覚士によるミニ講話 「楽しくできる口腔体操」 ③歯科・口腔機能健診(75歳以上) 健診スタッフ:歯科医師・歯科衛生士・言語聴覚士
5	1	26	健口づくり講演会&歯科口腔機能健診	口腔機能改善についての知識を深め、高齢者の健康の保持増進を図り、介護が必要な状態になることを予防する。	保健相談センター	鳥取県西部歯科医師会 家原 猛氏 言語聴覚士 佐々智彦氏	17	①歯科医師によるミニ講話 「生涯美味しく食べるために」 ②言語聴覚士によるミニ講話 「楽しくできる口腔体操」 ③歯科・口腔機能健診(75歳以上) 健診スタッフ:歯科医師・歯科衛生士・言語聴覚士
5	2	8	栄養改善講演会 フレイル予防「栄養」	フレイル予防に向けて、低栄養改善についての知識を深め具体的な方法を習得する。	保健相談センター	鳥取県栄養士会 管理栄養士 阿部暁子氏 健康推進課栄養士	38	○講演「手軽で簡単!美味しく食べよう」~たんぱく質の上手な摂り方~ ○たんぱく質の多い食材を使った簡単にできる調理のデモンストレーション

実施回数	5
参加延べ人数	146

## (7)健康教育

年	月	日	教室名	目的	会場	人数	内容
4	4	22	ふれあいの家「上道」	レイル予防のための口腔機能の維持が必要であることを伝え、具体的な体操を紹介する。	上道町会館	28	利用者の方の様子を確認するため訪れ、フレイル予防として口腔機能維持のための運動を紹介する。 ・パタカラ体操 ・おでこ体操
4	5	13	ふれあいの家「渡7区」	フレイル予防のための口腔機能の維持が必要であることを伝え、具体的な体操を紹介する。	渡7区集会所	16	利用者の方の様子を確認するため訪れ、フレイル予防として口腔機能維持のための運動を紹介する。 ・パタカラ体操 ・おでこ体操
4	7	19	筋力向上トレーニング事業 器具コース(火)	新型コロナウイルス感染拡大傾向にともない、筋力向上トレーニング事業の参加者へ感染予防対策の再確認を行う。	さかい幸朋苑	8	・講話「感染予防対策について」
4	7	21	筋力向上トレーニング事業 器具コース(木)	新型コロナウイルス感染拡大傾向にともない、筋力向上トレーニング事業の参加者へ感染予防対策の再確認を行う。	さかい幸朋苑	9	・講話「感染予防対策について」
4	7	22	筋力向上トレーニング事業 フィットネスBコース	新型コロナウイルス感染拡大傾向にともない、筋力向上トレーニング事業の参加者へ感染予防対策の再確認を行う。	保健相談センター	17	・講話「感染予防対策について」
4	7	22	筋力向上トレーニング事業 介護予防コース	新型コロナウイルス感染拡大傾向にともない、筋力向上トレーニング事業の参加者へ感染予防対策の再確認を行う。	保健相談センター	18	・講話「感染予防対策について」
4	7	25	筋力向上トレーニング事業 器具コース(月)	新型コロナウイルス感染拡大傾向にともない、筋力向上トレーニング事業の参加者へ感染予防対策の再確認を行う。	さかい幸朋苑	8	・講話「感染予防対策について」
4	7	26	筋力向上トレーニング事業 フィットネスAコース	新型コロナウイルス感染拡大傾向にともない、筋力向上トレーニング事業の参加者へ感染予防対策の再確認を行う。	ナマステホール	19	・講話「感染予防対策について」
4	11	23	小篠津町福祉の集い	フレイル予防についての情報提供を行うことで、健康寿命の延伸に向け、参加者の意欲を高める。	小篠津町会館	35	テーマ「みんな一緒にフレイル予防大作戦 ～栄養のお話と口腔体操～」 ・講話「感染症対策について」 ・講話「フレイル予防の中の栄養について」 ・実技「口腔体操の紹介と実践」 ・「社会参加」について

(7)健康教育

年	月	日	教室名	目的	会場	人数	内容
5	1	27	上道地区社協理事会 フレイル予防勉強会	フレイル予防の普及を図り、今後のフレイル予防活動の参加を促す。	上道町会館	7	フレイルサポーターと一緒に ・ミニ講話「フレイルとは」 ・イレブンチェック・指輪っかテスト ・ミニチェック(体組成・片足立ち上がり・握力・滑舌) ・フレイル予防の具体策 ・フレイル予防の勧めと事業PR
5	1	29	健康まつり「フレイルチェックコーナー」	フレイル予防の啓発を図り、今後のフレイル予防活動への参加を促す。	保健相談センター	39	フレイルサポーターと一緒に ・ミニ講話「フレイルって」(サポーター) ・チェック体験コーナー(サポーター) (片足立ち上がり、手足の筋肉量、握力、滑舌) ・ミニ講話「フレイル予防の具体策」(保健師)

実施回数	11
参加延べ人数	204

(8)家族介護教室

〇コロナ禍のため中止とした。



## (9)地域包括ケア推進事業

年	月	日	教室名	目的	会場	人数	内容
4	6	1	第1回地域ケア個別会議	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者の自立支援及びQOLの向上に資するケアマネジメントの実現とそれに基づくサービスの提供。</li> <li>・事例に対して、多職種による多角的なアセスメントを行い、そこから見えてくる地域課題を地域づくりや政策形成に結びつける。</li> <li>・会議の中で具体策を継続的に検討することで、地域のネットワークを構築する。</li> </ul>	保健相談センター	18	1.前回の事例のモニタリング 2.事例検討 ①事例1(居宅介護支援事業所中浜ケアパートナーズ) ②事例2(地域包括支援センター) ③事例3(地域包括支援センター)
4	9	14	第1回ケア事例検討会	①主任介護支援専門員が中心となり、介護支援専門員が抱える困難事例や事例の振り返り、事例を通して共有したいこと等グループワークを通して、的確な取り組み方法を学び、ケアマネジメント力を向上させる。 ②事例検討会に参加する介護支援専門員や多職種等とのネットワークの構築を図る。 ③事例検討会の中で地域課題、行政課題がある場合は地域ケア推進会議等へつなげていく。	保健相談センター	21	①事業所及び境港市役所福祉課から、以下3つのポイントについて情報提供 ・障害福祉サービス体系を理解する。 ・介護保険制度優先の原則について理解する。 ・介護保険と障害福祉の連携について理解する。 (情報提供の中で介護保険サービス障害福祉サービスを併給している事例の紹介を行う。) ②①の情報提供の感想や各ケアマネが日々の業務の中で困っていること、新しい疑問や以前より抱えていた疑問など質疑応答を行う。
4	11	9	第2回地域ケア個別会議	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者の自立支援及びQOLの向上に資するケアマネジメントの実現とそれに基づくサービスの提供。</li> <li>・事例に対して、多職種による多角的なアセスメントを行い、そこから見えてくる地域課題を地域づくりや政策形成に結びつける。</li> <li>・会議の中で具体策を継続的に検討することで、地域のネットワークを構築する。</li> </ul>	保健相談センター	15	1.前回の事例のモニタリング 2.事例検討 ①事例2(済生会居宅介護支援事業所) ②事例3(地域包括支援センター)
5	2	1	第3回地域ケア個別会議	<ul style="list-style-type: none"> <li>・高齢者の自立支援及びQOLの向上に資するケアマネジメントの実現とそれに基づくサービスの提供。</li> <li>・事例に対して、多職種による多角的なアセスメントを行い、そこから見えてくる地域課題を地域づくりや政策形成に結びつける。</li> <li>・会議の中で具体策を継続的に検討することで、地域のネットワークを構築する。</li> </ul>	保健相談センター	17	1.前回の事例のモニタリング 2.事例検討 ①事例1(ケアプランセンターさかい幸朋苑) ②事例2(地域包括支援センター) ③(小規模多機能型通所介護 デイハウスあがりみち) ④ 今年度のまとめ
5	3	2	フレイル予防コア会議	1.フレイルチェックで抽出されたハイリスク者個々の必要な支援方法について検討し、支援体制をつくる。 2.フレイルチェックで抽出されたハイリスク者全体の傾向をもとに、市内で今後必要な資源や施策を検討する。	第一会議室	12	1.報告事項 ・フレイル予防事業実績報告 2.協議事項 ・境港市の傾向と課題 ・当市の現状とフレイル予防支援体制 ・ハイリスク者の個別支援

## (9)地域包括ケア推進事業

年	月	日	教室名	目的	会場	人数	内容
5	3	1	第2回ケア事例検討会	<p>①介護支援専門員等が抱える困難事例や事例の振り返り、事例を通して共有したいこと等グループワークを通して、的確な取り組み方法を学び、ケアマネジメント力を向上させる。</p> <p>②事例検討会に参加する介護支援専門員や多職種等とのネットワークの構築を図る。</p> <p>③事例検討会の中で地域課題、行政課題がある場合は地域ケア推進会議等へつなげていく。</p>	保健相談センター	19	<p>テーマ「今後の高齢者住宅の役割について」事例検討会を実施。</p> <p>①口頭で事例発表し、その後、グループワークを実施する。</p> <p>②事例についての感想及びケースに関して困っていること、新しい疑問や以前より抱えていた疑問など各グループでまとめ発表を行う。</p> <p>③質問あれば、回答できる内容は、その場で共有する。</p>
5	3	25	高齢者『見守り・支え合い』研修会	<p>地域による見守り・支え愛の好事例を紹介するとともに、講師による好事例の評価、地域包括ケアの講演を行うことで、各地区の取り組みの参考としてもらう。</p>	保健相談センター	70	<p>【事例発表】</p> <p>(1)住んでよかったと言えるまちづくり～公民館deカフェ-避難訓練～ 中浜地区各種団体協議会 会長 木村幹夫氏</p> <p>(2)地域組織の横連携による支え愛・見守り活動 竹内町安全・安心ネットワーク 会長 伊佐治 敏氏</p> <p>【事業説明】 ・境港市の生活支援コーディネーターの取り組みについて 境港市社会福祉協議会・生活支援コーディネーター 志賀 智子氏</p> <p>【講演】「見守り・支え合いから始める共生の地域づくり ～2040年に向けた地域福祉活動の課題を考える～ 鳥取大学地域学部教授 竹川 俊夫氏</p>

実施回数	7
参加延べ人数	172

○多職種連携研修会はコロナ禍のため中止とした。

(10)認知症初期集中支援推進事業

①認知症初期集中支援チーム員会議

目的:認知症の人の意見が尊重され、できる限り住む慣れた地域の良い環境で暮らし続ける為に、認知症の人やその家族に早期に関わる「認知症初期集中支援チーム」を配置し、早期診断・早期対応に向けた支援を検討、実施する。

方法:医療、サービスにつながらず、今後の対応方針の協議が必要な人、またつながっているが対応に苦慮している人について、専門医を含めた専門職で情報をアセスメントし、対応方法の検討を行う。また、具体的に対応をしていき、1か月、3か月、6か月後にモニタリングを行い、継続支援及び終結と、支援方針を決めていく。

日にち			検討件数()内は モニタリング件数	日にち			検討件数()内は モニタリング件数	会議参加者及び開催時間
4	4	21	1(2)	4	10	20	0(1)	済生会境港総合病院脳神経内科医師 (専門医)粟木悦子先生 地域包括支援センター専門職(社会福祉士、 主任ケアマネ、保健師、ケアマネ、認知症地域 支援推進員) ※対象によっては居宅のケアマネ 開催時間:14時から16時
4	6	2	0(1)	4	12	15	1(2)	
4	6	30	1(1)	5	1	12	0(1)	
4	7	28	1(1)	5	2	16	1(0)	
4	8	25	1(1)	5	3	23	2(2)	
4	9	22	0(1)					

実施回数	11回
検討件数	8件 モニタリング延べ13件(次年度から継続の2件含む)

まとめ

- ・サービス導入となり終結した人(入院も含む) 7件(2)
  - ・サービス導入にならず終結した人 0件
  - ・サービス導入にならず次年度へ継続中の人 3件
- ※この内居宅介護支援事業所のケアマネジャーから提出2件

※( )内はその内前年度からの継続件数

②認知症地域支援推進員による相談

目的:認知症の早期対応に向けたケースの把握を行い、必要な対応に結びつける。

年	月	日	教室名	会場	人数	年	月	日	教室名	会場	人数
4	6	2	ふれあいの家「境東」	なぎさ会館	0	4	10	6	ふれあいの家「幸神町」	幸神町会館	0
4	6	7	ふれあいの家「境中」	境公民館	0	4	10	28	ふれあいの家「三軒屋町」	三軒屋町会館	0
4	6	14	ふれあいの家「渡6区」	渡6区集会所	0	4	11	10	ふれあいの家「新屋町」	新屋町会館	0
4	6	15	ふれあいの家「小篠津」	小篠津町会館	0	4	11	22	ふれあいの家 「夕日ヶ丘2丁目」	夕日ヶ丘2丁目 集会所	0
4	6	17	ふれあいの家「上道7区」	なぎさ会館	0	4	11	24	ふれあいの家 「財ノ木町」	財ノ木町会館	1
4	6	20	ふれあいの家「渡4区」	渡4区集会所	0	4	12	5	ふれあいの家 「西灘会館」	西灘 ふれあい会館	0
4	6	22	ふれあいの家「渡西区」	渡西会館	1	4	12	6	ふれあいの家 「外江ふれあい会館」	外江 ふれあい会館	0
4	7	5	ふれあいの家「渡1区」	渡1区会館	0	5	1	11	ふれあいの家「渡2区」	渡2区会館	0
4	7	6	ふれあいの家「中野町」	中野町会館	0	5	1	17	ふれあいの家「渡8区」	渡8区会館	0
4	10	4	ふれあいの家「美保町」	美保町会館	0	5	2	24	ふれあいの家「渡10区」	西森岡会館	0

実施回数	20回
検討件数	2人

③おれんじカフェ

・家族のつどい

目的：介護家族や過去の経験者が集まり、日頃の様子を話し気持ちを共有する。またアドバイスや情報をもらう。  
認知症の人や家族の精神的な負担、介護負担の軽減を図るとともに、認知症の正しい知識を得る等、家族支援の場とする。

・おれんじカフェさかいみなど

目的：誰でも参加でき、交流を通し色々な情報交換や共有ができ、また気軽に何でも相談することができる場。

・場所：老人福祉センター 時間：家族のつどい 10時から12時 おれんじカフェさかいみなど 10時から11時30分  
(※「家族のつどい」認知症の人と家族の会より毎回アドバイザーとして吉野氏参加あり)

年	月	日	教室名	内容及び講師	総数
4	4	11	「家族のつどい」	認知症の人を介護する家族のつどい	7
4	4	25	おれんじカフェ「さかいみなど」	テーマ「消費トラブルについて」 境港市消費生活相談室 小原 美穂子氏	18
4	5	9	「家族のつどい」	認知症の人を介護する家族のつどい	11
4	5	23	おれんじカフェさかいみなど	テーマ「いきいき棒体操」 身近にある新聞紙で作成した新聞棒を使い自宅でできる体操を紹介し実際に行う。	18
4	6	13	「家族のつどい」	認知症の人を介護する家族のつどい	11
4	6	27	おれんじカフェさかいみなど	テーマ「音読」 音読の効果やポイントについて説明し、音読会を実施	17
4	7	11	「家族のつどい」	認知症の人を介護する家族のつどい	9
4	8	8	「家族のつどい」	認知症の人を介護する家族のつどい	7
4	9	12	「家族のつどい」	認知症の人を介護する家族のつどい	11
4	9	26	おれんじカフェ「さかいみなど」	テーマ「世界アルツハイマーデー月間について」の講話	14
4	10	17	「家族のつどい」	認知症の人を介護する家族のつどい	13
4	10	24	おれんじカフェさかいみなど	テーマ「スマートフォン利用の消費トラブルと対処法」について ①最近のスマートフォン利用による消費者トラブル事例について 鳥取県消費生活センター消費生活相談員 鷲見氏 ②スマートフォンをあんしん・安全に使うために ドコモさかいみなど	19
4	11	14	家族のつどい	認知症の人を介護する家族のつどい	8
4	11	28	おれんじカフェさかいみなど	テーマ「コグニサイズ」 コグニサイズについての説明と実践	19
4	12	12	「家族のつどい」	認知症の人を介護する家族のつどい	8
4	12	19	おれんじカフェさかいみなど	テーマ「オーラルフレイルについて」 講話と口腔体操	6
5	1	16	家族のつどい	認知症の人を介護する家族のつどい	8
5	1	23	おれんじカフェさかいみなど	テーマ「高齢者施設の違いと介護サービスについて」	9
5	2	13	家族のつどい	認知症の人を介護する家族のつどい	9
5	2	27	おれんじカフェさかいみなど	①「家庭からふりかえる人権」について 人権政策室 安達氏 ②鳥取県「自宅で健康プログラム」について 認知症の人と家族の会 吉野氏、日本生命職員、鳥取県長寿社会課濱口氏による紹介	17
5	3	13	家族のつどい	認知症の人を介護する家族のつどい	10
5	3	27	おれんじカフェさかいみなど	テーマ「境港市民図書館探検会と館長による音読会」 嘉賀館長	17

	家族のつどい	おれんじカフェさかいみなど	合計
実施回数	12	10	22
参加延べ人数	112(新規7人)	154	266

○コロナ禍のため、おれんじカフェさかいみなどを2回中止とした。

(11) 安否確認訪問

目的:1人暮らし高齢者に対し、地域包括支援センターが訪問を行い、高齢者の安否を確認し生活相談などを行う。

対象者:以下の①~④のすべてに該当する人、または⑤に該当する人で本人の希望がある人

①75歳以上の1人暮らし

②介護サービスや配食など安否確認ができるサービスを利用していない人

③親族や近隣者等の訪問や電話などが月1回以上無い人

④地域活動や仕事等をしておらず、月1回以上他者との関りが無い人

⑤その他民生委員や関係機関が必要と認める人

月	訪問件数
4月	6
5月	6
6月	6
7月	6
8月	6
9月	5
10月	5
11月	5
12月	5
1月	5
2月	5
3月	5
合計 (訪問延べ件数)	65